



かわら版

世界選手権優勝！

スポーツと仕事 ～トライアスロン世界選手権優勝！

株式会社日水コン／名古屋支所／調査役

松葉桂二
岩田昭彦

(報告者) 株式会社日水コン／名古屋支所／審議役



■お知らせ

前回(水坤2017新春号vol.53)の『かわら版 スポーツと仕事～トライアスロン世界選手権出場へ!』で紹介しました 株式会社日水コン名古屋支所 松葉桂二調査役が、この度

世界デュアスロン選手権(スプリント) AG60-64
優勝 *)注
世界クロストライアスロン選手権 AG60-64
3位 **注

と快挙を達成いたしました。

2019年4/27～5/4 世界54か国、約4,000人(日本選手の各種目のエントリー総数125人)の代表選手が集り、スペイン国ポンテベドラで開催された『ITU(International Triathlon Union)世界マルチスポーツ選手権』に日本代表派遣選手として松葉氏が参加されました。結果は、上記の男子エイジグループ60-64(以下AG)で優勝に続き第3位とダブルでメダルを獲得することができました。水コン協の会員会社の社員が、スポーツの世界選手権で優勝した事は、過去に例を見ない明るい話題として、ここにお知らせいたします。



写真-1 デュアスロン世界選手権(スプリント)AG60-64表彰式(右から2人目)



写真-2 デュアスロン世界選手権ロードバイクでの激走

■あれから2年半の歳月を経て

前回(水坤2017新春号vol.53)、サラリーマンアスリートとして、2016年度に公益社団法人日本トライアスロン連合(以下、JTU)が主催公認するランキング対象AG60～64の国内年間ランキング1位を獲得し、平成29年11月の2017年度ITU世界トライアスロン世界選手権オランダロッテルダム大会に日本代表選手として松葉氏は公費派遣されました。

その結果は、世界12位と健闘されたものの、この時さらに上を目指す闘志に火が付き、目標を「ITU世界選手権AG優勝」と高く設定されました。

その後、国内外のトライアスロン競技大会に参加し、ランキングの上位をキープして2018年7月には、デンマーク国で開催された「ITU世界クロストライアスロン選手権 AG60-64」において世界第5位の入賞を果たしています。

その1年後、ついに目標に掲げた「ITU世界選手権AG優勝」を今回の大会で見事に達成することになりました。

■スポーツと仕事との関わり

今回の快挙を取上げて頂いた水道産業新聞社(2019/6/3号)の取材に対して『トライアスロンやデュアスロン

は、スイム+バイク+ランの集計タイムで競うものと思われがちですが、気象やコースレイアウトも踏まえたレース展開を考え、トランジションと呼ばれる種目間の着替えも含め「最短を走る戦略」が必要な競技です。「全体は部分の総和に勝る」かも知れません。これらは日常の仕事に求められるマネジメント力とも言えます。』と松葉氏は答えています。

また、前回（水坤2017新春号vol.53）では、「トライアスロン競技から感じた水環境・水質保全の必要性」や「スポーツから学ぶ仕事に活かせる考え方」、「ワークライフバランスを実感できるメソッド」についてのインタビューを紹介いたしました。ここに、その時に聞いた松葉流「スポーツで学んだ仕事に活かせる考え方」を参考に再度紹介いたします。

- スポーツでは、「スタート前にトイレを済ませウォームアップするのが当たり前」
仕事も同じ業務に入る前、「その日の準備をして快走モードにスイッチを入れる」
- スポーツも仕事も「どれだけ準備したか」が、結果となって現れる
- スポーツと仕事の組み立て方は同じ「課題・目標」→「達成基準」→「達成期限」
- 課題達成という小さな成功体験の積み重ねが「次なる高難度の目標に繋がる」
- 高難度クリアの苦労は、必ず糧になる「やっかい事が降ってきたらチャンスと思う」
- 質の高い仕事をする人に、休日ゴロ寝というタイプは少ない「世の変化を知る」
- 人脈を広げ自分の不得意分野を「人脈でカバーする」のは、遊びも、仕事も同じ
- たかが遊びのスポーツでも、「ひと工夫する意識」が、仕事の取り組みにも役立つ
- 自腹でトライし、どんな場面でも通用する体力・気力をつけ「自分を磨く」



写真-3 ランでの熾烈なトップ争い（左から3人目）



写真-4 クロストライアスロン世界選手権
マウンテンバイクでの疾走

- 遊びも、仕事も、一に体力、二に素直さ、三四がなくて、五に体力「健康第一」

さらに、今回は「ITU世界選手権AG優勝」に向けて、以下三点の重点行動計画を追加し、仕事と両立を図りながらストックに準備されました。

- ① 仕事とレーニングの配分を最適化する。
- ② ヘルシーな食事を心がける。
- ③ 休養（質の高い睡眠）で心身を回復させる。

高い次元で仕事とスポーツの調和（ワークライフバランス）を図り、その結果が、見事優勝に結び付いたと言えるでしょう。

■会社のバックアップ

会社の応援に対して、水道産業新聞の取材の中で松葉氏は

『一人の社会人としては「仕事の中で、やりたいことを働きながら見つけていく」一方で、「仕事とは切り離れたところで、やりたいことを見つけていく」という多様な考えがあると思います。仕事とは切り離れた個人的な挑戦でしたが、世界選手権出場に際し、社内イントラや社内報に取り上げていただき、応援ポロシャツ作成や特別表彰を受けるなど全社を挙げて応援をいただきました。皆さんのこうした応援は心強く大変ありがたかったです。今では名古屋支所に新たに「チャリRUNクラブ（自転車部）」も立ち上がり、社内クラブ活動助成金を受けながらリフレッシュ活動を一緒に楽しんでいます。』と謝意を語っています。

■ワークライフバランスを実感

「ワークライフバランス」とは、「仕事と生活の調和」と訳されています。様々な業界や企業が、色々な検討や取り組みをしていますが、中々答えが見出せないでいま

す。

価値観や、置かれている立場により個々のワークライフバランスに求めるものが異なりますが、共通して言えるのは、バランス感覚と効率性を高める向上心が大切だと考えます。

ワークライフバランスの実現に特効薬はありませんが、今回紹介いたしました『限られた時間の中で仕事とトライアスロン競技を両立して、素晴らしい結果を出した』松葉氏のメソッドやマインドにこそ、ワークライフバランスを実感できる大きなヒントが隠れているのではないのでしょうか。

*) デュアスロン (スプリント) 競技とは

トライアスロン競技とは、水泳・自転車ロードレース・長距離走(スイム・バイク・ラン)の3種目を、この順番で、それぞれの距離・コースを設定し1人のアスリートが連続して行う耐久競技で、2000年シドニー五輪よりオリンピックの正式種目となりました。また、「オリンピック・ディスタンス」のレースは、スイム1.5km・バイク40km・ラン10km、合計51.5kmの距離で行います。

対して、デュアスロン競技は、自転車ロードレース・長距離走の2種目をラン・バイク・ランの順番に1人で連続して行う競技で、今回のデュアスロン(スプリント)競技は第1ラン5km、バイク19.4km、第2ラン2.5kmの距離で行われました。

**) クロストライアスロン競技とは

クロストライアスロン競技とは、トライアスロンのオフロード版で、スイム・マウンテンバイク・トレイルランニングの3種目を、この順番で、それぞれの距離・コースを設定し1人のアスリートが連続して行う耐久競技です。

詳しくはJTU公益社団法人日本トライアスロン連合のオフィシャルサイト

<http://www.jtu.or.jp/index.html> をご覧ください。



写真-5 中津川市青山市長(左)を表敬訪問(5/24)

■松葉桂二氏のプロフィール

- 生まれ：1955年 岐阜県中津川市(64歳)
- 現 在：2015年5月 株式会社日水コン 入社
- 前 職：地方公務員(最終 岐阜県営水道 水道技術管理者)
- 趣 味：家庭菜園のゴーヤを焙煎した「ゴーヤ茶」作り